



Checklista

Grunderna i hemberedskap

- ☐ rent vatten i flaskor och dunkar
- ☐ mat som inte behöver kyl eller frys, som kan ätas direkt eller tillagas utan vatten
- ☐ extra batterier och laddade bärbara batterier – "powerbanks"
- ☐ radio som går på batterier eller med vev, eventuellt solceller
- ☐ ficklampa och pannlampa med extra batterier
- ☐ stormkök och bränsle som helst ska användas utomhus
- ☐ tändstickor, stearinljus, värmeljus
- ☐ fotogenlampa och bränsle, till exempel lampolja eller fotogen, tänk på att ha bra ventilation
- ☐ alternativ värmekälla som drivs av fotogen, gasol, diesel eller ved
- ☐ husapotek, som första hjälpen-kit, sårvård, eventuella viktiga mediciner
- ☐ hygienartiklar, till exempel våtservetter, handsprit, blöjor och mensskydd
- ☐ kontanter, om betalkort slutar fungera
- ☐ lista på papper med telefonnummer till familj, anhöriga, grannar, sjukhus, kommun, räddningstjänst, elleverantör
- ☐ spel, kortlek, böcker, pussel

